

PRAXIS FÜR LÖSUNGS-IMPULSE AG

Studiengang «Psychosoziale Beratung Persönlichkeitsentwicklung PLI®»

Inhaltsverzeichnis:

1. Einleitung 3
2. Zielgruppe 4
3. Lernziele 5
4. Zulassungskriterien 5
5. Inhalt 6
6. Zwischenprüfungen 31
7. Studienplan 32
8. Durchführungsorte 33
9. Titel 33
10. Kosten 33
11. Anmeldeformular 34

1. Einleitung

Der 3-jährige Studiengang richtet sich an Menschen, die andere in herausfordernden Lebenssituationen professionell begleiten und stärken möchten.

Die Ausbildung vereint fundierte theoretische Grundlagen mit einem praxisnahen, systemischen und humanistischen Beratungsansatz. Der Fokus auf Persönlichkeitsentwicklung PLI® fördert eine tiefgreifende Selbstreflexion und Selbstwirksamkeit – sowohl für die zukünftige Beratungspraxis als auch für das persönliche Wachstum.

Durch vielfältige Module, intensive Selbsterfahrung und praxisbezogene Lernfelder erwerben die Teilnehmenden die fachlichen, methodischen und sozialen Kompetenzen, um Klient*innen wertschätzend, ressourcenorientiert und lösungsfokussiert zu begleiten. Die Ausbildung erfüllt die Qualitätskriterien der SGfB (Schweizerische Gesellschaft für Beratung) und bereitet gezielt auf die eidgenössisch anerkannte Berufsrolle vor.

Dieser Lehrgang erfüllt die Bedingungen zur Aufnahme als Aktivmitglied SGfB: der vollständige ist von SGfB akkreditiert.

Aufbau Studiengang

Modul 1 – Coaching Basis (10 Tage)

Behandelt einen zentralen Aspekt professioneller Coachingarbeit – von Selbsterkenntnis über lösungsorientierte Methoden bis hin zu Kommunikation und Burnoutprävention. Der Aufbau kombiniert theoretisches Wissen mit praktischer Selbsterfahrung und methodischer Vielfalt.

Modul 2 – Psychsoziales Coaching und Beratung (19 Tage)

Es kombiniert theoretische Grundlagen aus humanistischer Psychologie, Psychosynthese und Resilienzforschung mit praktischen Coachingmethoden und Selbsterfahrung. Jeder Themenblock schliesst mit einem Repetitions- und Prüfungstag zur Anwendung und Reflexion ab.

Modul 3 – Kinder-, Jugend- und Familiencoaching und Beratung (9 Tage)

Ist praxisorientiert aufgebaut und behandelt Kinder-, Jugend- und Familiencoaching in thematisch gegliederten Tagen. Es verbindet entwicklungspsychologische, systemische und psychosoziale Grundlagen mit konkreten Coachingmethoden. Ergänzt wird das Modul durch anwendungsbezogene Inhalte wie Beziehungscoaching, SPF, Kindesschutz und Gesprächsführung.

Modul 4 – Techniken aus der energetischen Psychologie (3 Tage)

Vermittelt praktische Techniken der energetischen Psychologie – Meridianklopfen (EFT) und Japanisches Heilströmen – zur Förderung von Selbstregulation und Stressabbau. Der Fokus liegt auf der Anwendung im Coaching sowie der Anleitung zur Selbsthilfe.

Modul 5 – Selbstkenntnis / Menschenkenntnis (10 Tage)
Kombiniert Selbst- und Menschenkenntnis durch Psychografie und Mental Coaching. Es folgt einem praxisorientierten Aufbau mit theoretischen Grundlagen, Typenlehre, Coaching-Tools und intensiver Selbsterfahrung, abgeschlossen durch praktische Prüfungen.

Modul 6 – Schule / Ausbildung / Lernen (27 Tage)
Bietet einen umfassenden Einblick in Lern-, ADHS- und Autismus-Coaching mit Fokus auf Schule, Ausbildung und neurodiverse Lebensrealitäten. Der modulare Aufbau verbindet wissenschaftliche Grundlagen, praxisnahe Tools, psychosoziale Begleitung und systemisches Coaching in vielfältigen Bildungskontexten.

Fallbezogene Supervision (40 Stunden)

2. Zielgruppe

Diese Ausbildung richtet sich an Personen, die sich professionell und nachhaltig im Bereich der psychosozialen Beratung weiterentwickeln möchten. Sie ist ideal für:

- **Berufs- und Quereinsteiger:innen**, die in sozialen, pädagogischen oder beratenden Berufsfeldern tätig sind oder tätig werden wollen.
- **Fachkräfte aus Sozialarbeit, Pflege, Therapie, Coaching, Bildung und Psychologie**, die ihr Beratungs- und Coaching-Know-how vertiefen und auf eine fundierte psychosoziale Basis stellen möchten.
- Menschen, die eine **ganzheitliche, ressourcenorientierte und systemische Herangehensweise** in der Begleitung von Menschen suchen.
- Personen, die ihre eigene **Persönlichkeitsentwicklung stärken** und dieses Wissen praxisnah in der Beratung anwenden wollen.
- Interessierte, die mit unterschiedlichen Zielgruppen arbeiten möchten, wie zum Beispiel Kinder, Jugendliche, Erwachsene mit ADHS, Autismus, Lernschwierigkeiten oder anderen psychosozialen Herausforderungen.
- Menschen, die eine anerkannte Qualifikation im Bereich der psychosozialen Beratung anstreben und sich auf eine praxisnahe, zertifizierte Tätigkeit vorbereiten wollen.
    - Sozialarbeiter:innen, Fachpersonen der sozialen Dienste
    - Mitarbeitende in Beratungsstellen, Familienzentren und psychosozialen Institutionen
    - Pädagog:innen, Lehrpersonen, Schulsozialarbeiter:innen
    - Psychologische Berater:innen und Coaches, die sich auf psychosoziale Beratung spezialisieren möchten
    - Personen aus Gesundheits-, Pflege- oder therapeutischen Bereichen mit Interesse an psychosozialer Begleitung
    - Quereinsteiger:innen mit Affinität zu psychosozialer Beratung, die eine qualifizierte berufliche Weiterbildung anstreben

3. Lernziele

Die Ausbildung richtet sich an Personen, die in sozialen, pädagogischen oder beratenden Berufsfeldern tätig sind oder tätig werden möchten und ihre Kompetenzen in psychosozialer Beratung und Coaching systematisch vertiefen wollen.

Typische Zielgruppen sind:

- Sozialarbeiter:innen, Fachpersonen der sozialen Dienste
- Mitarbeitende in Beratungsstellen, Familienzentren und psychosozialen Institutionen
- Pädagog:innen, Lehrpersonen, Schulsozialarbeiter:innen
- Psychologische Berater:innen und Coaches, die sich auf psychosoziale Beratung spezialisieren möchten
- Personen aus Gesundheits-, Pflege- oder therapeutischen Bereichen mit Interesse an psychosozialer Begleitung
- Quereinsteiger:innen mit Affinität zu psychosozialer Beratung, die eine qualifizierte berufliche Weiterbildung anstreben

Die Ausbildung vermittelt Grundlagen und vertiefte Methoden für die professionelle Beratung von Menschen in belastenden Lebenssituationen, unterstützt die Entwicklung von Coachingkompetenzen und fördert den Umgang mit vielfältigen psychosozialen Themen, inklusive spezieller Lebenslagen wie ADHS, Autismus, familiäre Herausforderungen oder Lernschwierigkeiten.

4. Zulassungskriterien

- Berufsabschluss EFZ oder Maturität
- Berufserfahrung im sozialen, pädagogischen oder therapeutischen Bereich
- Bereitschaft zur Selbstreflexion und persönlichen Entwicklung
- Interesse an Menschen und Psychologischen Themen
- Empathiefähigkeit
- Interesse an einem höheren Fachabschluss

Weitere Bedingungen für die Aufnahme in den Lehrgang sind:

- Potential zur Erreichung der Studienziele
- Passung der Motivation für die Weiterbildung bzw. der Karriereziele der/des Interessierten und den Studienzielen
- Leistungsnachweis zu wissenschaftlichem Arbeiten (Äquivalenz mit anderen Prüfungsformen)

Die Aufnahme in den akademischen Lehrgang obliegt der Veranstalterin. Eine «sur dossier» Beurteilung findet im Einzelfall statt.

5. Inhalt

Modul 1 – Coaching Basis

Modul 1 Selbsterkenntnis - erfahren	**Konstruktivismus** Wir nehmen die Welt durch einen inneren Filter, entstanden durch eigene Erfahrungen, wahr. Dadurch gestalten wir unsere Realität – unsere Wirklichkeit – selber. **Coaching-Grundhaltung** In der professionellen Arbeit begegnen wir unserem Gegenüber auf einer egalitären Ebene. Wir geben keine direkten Ratschläge, sondern unterstützen mit unserem Fachwissen den Klienten, seine Ressourcen zu aktivieren, seine Lösungen selber zu finden und seine Ziele zu erreichen. **Pacen** Mit der Klientschaft in Rapport zu gehen, ihr auf ihrer Wellenlänge begegnen, fördert ihr Vertrauen in uns. Sie kann sich öffnen und mitarbeiten. Zudem hilft es ihr, in ihren Entwicklungsbereich zu kommen und dort Lösungen im Erwachsenenleben zu finden. **Menschenkenntnis** Denken – Handeln – Fühlen. Warum sind nicht alle Menschen gleich? Wie bin ich, wie sind die andern? Einführung in die Welt der unterschiedlichen Wesensarten. Was sind meine Stärken? Warum werden mir diese in Stresssituationen zum Verhängnis? Was brauche ich stattdessen? **Psychosoziale Neuorientierung** Wenn wir uns in Stresssituationen befinden, werden alte Muster aus der Kindheit reaktiviert. Dabei handelt es sich um mentale Steuerungen (Glaubenssätze, Identitäten und Erwartungshaltungen). Dies sind ehemals erfolgreiche Lösungsstrategien, welche sich automatisiert haben (Autopilot: «Es macht einfach mit uns»). Sie sind im Erwachsenenleben oft einschränkend. Mittels spezieller Übungen können diese alten Programme überschrieben und stabil verändert werden. **Modeling** Ein tolles Werkzeug, um auf spielerische Art Veränderungen zu initiieren und diese zu leben.

Modul 2 «Selbstentwicklung-erwirken»	**Der lösungsorientierte Ansatz** Die Lösungsorientierung kommt einem fundamentalen Paradigmenwechsel innerhalb der beratenden und helfenden Berufe gleich. Der Fokus liegt im Erarbeiten von Lösungswegen und nicht im Bewältigen von Problemen. Die lösungsorientierte Beratung/Kurztherapie arbeitet mit sinnvollen und stimmigen Zielen in Richtung Zukunft (was will ich stattdessen?) und mit inneren Ressourcen, die bei der Umsetzung helfen. (Ausnahme: Erfolge aus der Vergangenheit). Was ist Stress? Was ist ein Problem? Wie entstehen Probleme? Wie generiere ich Lösungen? Wie definiere ich ein qualitativ hochwertiges Ziel? Wie erreiche ich meine Ziele? Das Problemdreieck/Das Lösungsdreieck. Lösungsorientierte, systemische Fragetechniken und Methoden, um bei sich selber und anderen Veränderungen zu initiieren und diese zu begleiten. Viele Tools aus der lösungsorientierten Beratung. Die Wunderfrage. Was sind die Voraussetzungen für erfolgreiches Handeln? Die Entwicklung der Handlungs- und Erfolgskompetenz
Modul 3 Selbstverantwortung – erleben	**Systemischer Ansatz** Die systemische Kurzberatung eröffnet neue Zugänge zum Thema Beziehung, zum Umgang mit uns selbst und anderen. Sie entzieht sich dem rationalen Denken, ist trotzdem sehr wirkungsvoll. Verhaltensweisen von anderen – unter denen wir leiden – deuten auf Bereiche, die wir selbst zu wenig leben. Insofern spiegelt unser Gegenüber unsere inneren Defizite. Die Erkenntnis, dass im Leid auch die Hilfsmittel für die Lösung liegen, bildet die Grundlage der systemischen Kurzberatung.
Modul 4 Autonomietraining	**Resilienz, Selbstregulation, Autonomie** Einige Menschen sind mit einer natürlichen Kraft und Gelassenheit versehen, die sie davor schützt, unnötig Energie zu verlieren. Was für ein Stresstyp bin ich? Frusttoleranz heraufsetzen, sich auf das Wesentliche konzentrieren, motiviert bleiben. Der unerschütterliche Glaube an das Ziel. Niederlagen nicht auf sich persönlich beziehen. Wie schaffen wir es, trotz Belastungen, wieder in einen inneren Ausgleich zu kommen, uns zu regulieren, unsere Energie fokussiert einzusetzen? Gesunder Umgang mit Mustern aus der Vergangenheit (unsere Fallen wie Sorgen machen, Selbstzweifel, Abhängigkeit), welche uns immer wieder „zum Verhängnis“ werden, uns erlebnismässig immer wieder in die Vergangenheit zurückwerfen.
Modul 5 Burnout und Kommunikation	**Burnoutprävention und –begleitung** Lernen Sie, Menschen präventiv vor einem Burnout zu bewahren und sie professionell aus einem Burnout heraus zu begleiten. Sie als Coach kennen die unterschiedlichen Phasen genau. Sie wissen auch, wie Sie Partnerpersonen und Arbeitgebende unterstützen können.

	Menschen, die ausbrennen, sind in zentralen Lebensbereichen mit sich und anderen nicht in einer gesunden Beziehung. Nach und nach verlieren sie den Kontakt zu sich selber. Hilflosigkeit gilt als einer der grössten Stressauslöser. Dieses Gefühl kann niemand lange aushalten. Durch anhaltende Stressbelastung geht zunehmend Lebensqualität verloren. Man funktioniert, anstatt zu leben. Ein entscheidender Faktor ist die frühkindliche Prägung. Oft handelt es sich um negative Erfahrungen, die integriert wurden: «Du musst immer Leistung erbringen. Du darfst keine Fehler machen. Du musst immer stark sein, musst es anderen recht machen…». Das Leben ist auf leistungsbezogenen Erfolg ausgerichtet und nicht auf Wohlbefinden und Glückseligkeit. Kommunikation in Konfliktsituationen, Gesprächsführung Die richtige Kommunikation kann darüber entscheiden, ob ein Konflikt eskaliert oder eine Einigung möglich ist. In der Ausbildung lernen Sie einige der wichtigsten Techniken zur Kommunikation im Konflikt. Wissen: Was ist ein Konflikt? Wie entwickelt sich ein Konflikt? Welche Arten von Konflikten kennen wir? Handlung: Welche Gesprächstechniken gibt es? Wie können wir diese einsetzen und damit Konflikte entschärfen? Selbsterfahrung: Welches ist mein bevorzugter Konfliktstil? (Angriff, Rückzug?) Was bedeutet das für mich? Im Dialog zu sein, mit mir selber und mit anderen. Nur wer mit sich im Dialog ist, kann sich im Umfeld vertreten, für sich einstehen und bestehen. Verschiedene Arten der Kommunikation entwickeln: verbale, nonverbale, energetische u.a., Kriseninterventionen.

Modul 2 – Psychsoziales Coaching und Beratung

Psychosoziales Coaching und Beratung	Tag 1 Grundlagen des humanistischen Ansatzes, dessen Menschenbild, Herkunft, zugehörige Methoden Der personzentrierte Ansatz nach Carl Rogers und Konstruktivismus • die daraus resultierende Haltung der Klientschaft gegenüber • Arbeitsweise nach dem personzentrierten Ansatz in Theorie und Praxis Das dialogische Prinzip nach Martin Buber Tag 2 Wunschkompetenz – nach Joseph Rieforth • Die Bedeutung des Wunsches im Rahmen der persönlichen Entwicklung • Die Kraft des Wünschens für eine sinnvolle Lebensgestaltung und dessen Sinnhaftigkeit • Unterschied Erwartung/Wunsch • Die Eigenschaften der Wunschkompetenz

	• Die Entwicklung der Wunschkompetenz – im Prozess der bewussten Balance • Wunschkompetenz als Schlüssel im Veränderungsprozess • Wirkungsweise und Anwendung im Coaching und der Beratung • Das 9-Felder-Frageraster und das Fächermodell FäMOS zur Selbstentwicklung Tag 3 Die Wichtigkeit des Willens und dessen Schulung • «Der Willen, eine konstruktive Kraft, die die Intuitionen, Antriebe, Gefühle und Vorstellungen des Menschen zu einer ganzheitlichen Verwirklichung des Selbst lenkt». – nach Dr. Roberto Assagioli • Die Natur des Willens – verschiedene Arten von Willen – deren Einsatz in Coaching und Beratung • Die Stadien des Wollens • Das Willensprojekt in Coaching und Beratung Tag 4 Grundlagen und Entstehung der Psychosynthese nach Dr. Roberto Assagioli • Die Struktur des Menschen und das «Ei-Modell» • Selbstentwicklung und -verwirklichung und deren unterschiedliche Stadien • Zahlreiche Methoden, Techniken der Psychosynthese und deren Anwendung in Coaching und Beratung • Die Unvermeidbarkeit der Bewertung • Umgang mit Angst, Schmerz, Desidentifikationsübung, neue Selbstidentifikation • Systemische Methode zur Auflösung von familiären Belastungen (Strandübung) • Techniken der auditiven Evokation • Techniken für den Gebrauch der imaginativen Evokation anderer Sinnesempfindungen • Die Technik des Idealbildes Tag 5 Die transpersonale Entwicklung in der Psychosynthese
Resilienz	Tag 1 Erfolg, im Beruf oder im persönlichen Bereich, kommt von innen, aus der Resilienz • Das Modell « die 7 Säulen der Resilienz» • Haupterkenntnisse • Leitfragen • Was ist Resilienz? • Die Psychosynthese zur Förderung der Resilienz • Roberto Assagioli – Pionier der transpersonalen Psychologie • Roberto Assagiolis Handbuch der Psychosynthese • Die Struktur des Menschen - das «Ei-Modell»

	• Das tiefere Unbewusste umfasst: • Das mittlere Unbewusste • Das höhere Unbewusste oder Überbewusste • Das Bewusstseinsfeld • Das «Ich» oder bewusste Selbst • Das höhere (transpersonale) Selbst • Das kollektive Unbewusste Tag 2 Einblick in die eigene Resilienz gewinnen • Resilienz als Prozess • Resilienz als Persönlichkeitseigenschaft oder Fähigkeit • Resilienzfaktoren • Einflussfaktoren für personen- und gruppenspezifische Resilienz • Resilienz und psychische Gesundheit • Bedeutung von Erinnerungsveränderung für Resilienz und Traumata • Möglichkeiten kindliche Resilienz zu fördern • Disidentifikationsübung Tag 3 Körperliche Resilienz • Bedeutung körperliche Resilienz • Die Wirkung von Stress auf den Körper • Stressbedingte Funktionseinschränkungen • Körperliche Ausgewogenheit und Resilienz • Bedeutung von Schlaf • Körperliche Regeneration • Medizinische Fachkräfte, denen ich vertraue • Ernährung • Bewegung • Netzwerk • Energetische Stabilität und Resilienz • Wunschthema Tag 4 Pflegende und betreuende Angehörige • Bedeutung pflegende und betreuende Angehörige • Die eigene und persönliche Bedeutung als pflegende und betreuende Angehörige • Wo bin ich in dem System und wo möchte ich hin? • Umgang mit Kliniken, medizinischen und therapeutischen Fachkräften • Netzwerk und seine Bedeutung • Die Beziehung zwischen der pflegenden und betreuenden Person • Zu pflegende bzw. betreuende Kinder

	• Kinder und das zu pflegende bzw. betreuende Elternteil
	• Mental Load und Wege in die Ausgewogenheit
	• Stress und gesundheitliche Risiken
	• Schlaf
	• Persönlichkeitsentwicklung als pflegende und betreuende Angehörige
	• Resilienz und die Frage: Komme ich da heile raus?
	• Resilienzstärkung
	  o Persönlich
	  o In der Beziehung
	  o In der Familie
	• Abschied und Neubeginn
	
	Tag 5
	Repetitions- und Vertiefungstag, praktische Prüfung mit Gruppen-Fachgespräch
	• Wir arbeiten mit dem Wissen der Vergessenskurve nach Dr. Ebbinghaus.
	• Vormittag: Vertiefung des Erlernten der Tage bis-4 im Plenum
	• Nachmittag: praktische Prüfung – Durchführung einer Resilienzcoachingsitzung: A mit B und B mit A, danach Fachgespräch im Plenum
	• Nach bestandener Prüfung Abgabe des CAS-Zertifikats

Burnout	Tag 1
	Erfolg im Beruf oder im persönlichen Bereich kommt von innen
	• Was ist ein Problem, wann wird eine Situation für uns zum Problem?
	• Was ist Stress, wie geraten wir in Stress?
	• Die 4 Phasen, wie ein Burnout entsteht
	  • Die Alarmphase
	  • Die Widerstandphase
	  • Die Erschöpfungsphase
	  • Der Rückzug
	• Der (fehlende) Dialog mit sich selber
	• Die alten Programme und warum sind sie so stabil?
	• Die 6 entscheidenden Lebensbereiche und die Macht der inneren Realitäten
	• Der fehlende Umgang mit Emotionen – Menschen mit Burnout haben kein Ventil
	  • Was kann man dagegen tun?
	  • Was kann ein Unternehmen für die Mitarbeitenden tun?
	  • Was kann die Partnerschaft tun? Wo liegen die Gefahren für die Partnerperson?
	  • Was können Betroffene selber tun?
	• Erstellen Sie Ihr persönliches Stressprofil
	  • Die Alarmphase

	• Die Widerstandphase • Die Erschöpfungsphase • Der Rückzug • Analyse Ihres Konfliktverhaltens anhand des Käfermodells • Zwölf Richtlinien für die Aufrechterhaltung Ihrer Leistungsfähigkeit und Gesundheit • Unternehmenskultur: Eine gute Atmosphäre ist Voraussetzung für Gesundheit Tag 2 Einblick in die eigene Krankheit gewinnen • Was ist Burnout, Symptombeschreibungen • Zeitlicher Verlauf und Auswirkungen auf das Umfeld • Welche Burnout-Auslöser gibt es? • Erklärungsmodelle zur Entstehung von Depressionen • Verhaltensanalyse: Ausgangspunkt der Begleitung in Coaching und Beratung • Lebensmottos und Schemata • Annäherungsziele und Vermeidungsziele • Behandlung von Burnout auf gedanklicher Ebene • Burnout auf emotionaler Ebene • Wechselwirkung Gedanken – Emotionen • Das A-B-C Modell • Die Spaltentechnik • Präventive Massnahmen gegen Burnout, Zeitmanagement und persönliche Ressourcen • Achtsamkeit und Anleitung zu Achtsamkeitsübungen • Sinn- und Wertfragen • Zusammenfassung aller Module • Anzeichen von Überforderung • Identifikation von Stresssignalen • Anleitung zur Erstellung eines persönlichen Notfallplanes Tag 3 Wir alle können lernen, wieder glücklich zu sein – manchmal benötigen wir lediglich etwas Unterstützung (aus dem Film Trolls) Ist das Burnout-Syndrom in der Psychoecke oder doch ein Verbrechen im menschlichen Körper? • Brennpunkt Zelle, wo der Krimi stattfindet • Die grosse Verwirrung oder der Nebel im Hirn – Brain Fog • Flaute im Zellkraftwerk - die Mitochondriopathie • Von der Durststrecke der Mikronährstoffversorgung • Der Komplize - der Darm und sein Motiv • KPU bzw. HPU, die unaussprechliche Stoffwechselstörung

	• Die müden Oberkommissare – die Schilddrüse und die Nebennieren • Die Sirene und Blaulicht – Stress brennt aus • Dauerbrand – Bedeutung der Ernährung im Burnout • Was im Geheimen blieb – zusammenfassende Cofaktoren Tag 4 Den Körper aus der Burnout-Schieflage wieder ins Lot und in die Ausgewogenheit bringen • Zellen-Yoga – körperliche und seelische Entstressung • Die Vollversorgung mit Mikronährstoffen • Heilsame Ernährung • Darmgesundheit • Glück und Freude an Bord – das ausgewogene Hormonsystem • Erholung im Schlaf – Schlafhygiene • Die Versöhnung – Freundschaft mit dem Körper wieder herstellen • Die Schaltzentrale Gehirn zurückerobern Etwas ganz Besonderes – die Individualität Tag 5 Repetitions- und Vertiefungstag, praktische Prüfung mit Gruppen-Fachgespräch • Wir arbeiten mit dem Wissen der Vergessenskurve nach Dr. Ebbinghaus. • Vormittag: Vertiefung des Erlernten der Tage 1 bis 4 im Plenum • Nachmittag: praktische Prüfung – Durchführung einer Burnoutcoachingsitzung: A mit B und B mit A, danach Fachgespräch im Plenum Nach bestandener Prüfung Abgabe des CAS-Zertifikats
Antimobbing	• Woher kommt der Begriff «Mobbing»? • Was genau gilt als Mobbing? • Welche Arten von Mobbing gibt es? • Erste Anzeichen • Wer genau ist gefährdet? Ein typisches «Opferprofil» • Ein typisches «Täterprofil» • Wer sind die Mitläufer • Mobbing in der Schule • Mobbing am Arbeitsplatz • Rechtliche Grundlagen • Erlernen Sie zahlreiche Tools, die sich im Anti-Mobbing-Coaching bei Betroffenen aller Altersstufen besonders gut eignen
Kommunikation in Konfliktsituationen	• Was ist ein Konflikt? • Wie entwickelt sich ein Konflikt?

	• Welche verschiedenen Konfliktarten kennen wir? • Handlung • Selbsterfahrung • Was ist mein bevorzugter Konfliktstil? • Was sind meine Trigger? • Was bedeutet das für mich, um mein Potenzial in Beziehungen zu entfalten?

Modul 3 – Kinder-, Jugend- und Familiencoaching und Begleitung

Kinder-, Jugend- und Familiencoching und Beratung	Tag 1 Rollenverständis/-bewusstsein als Kinder-, Jugend- und Familiencoach und Abgrenzung • In welchem Setting arbeiten wir? • Wer sind die Mitplayer? Ev. Kinderarzt, Lehrpersonen usw. Contracting/Datenschutz/Infofluss Grundlagen der Familienpsychologie • Sichtweisen und Definitionen von Familie • Familie im Wandel • Familienpsychologie – eine sozialwissenschaftliche Disziplin • Praxisrelevanz der Familienpsychologie Die Familiensystemtheorie • Systemtheoretische Grundannahmen • Zentrale Aspekte der Familiensystemtheorie • Der Beitrag des Konstruktivismus Familienentwicklung • Familienphasen und Familienentwicklungsaufgaben • Nicht-normative Familienentwicklungsaufgaben • Familienentwicklung aus systemischer Sicht • Die Bewältigung von Belastungen im Familienlebenszyklus • Selbstverantwortung erleben o Systemische Ansatz • Autonomietraining o Resilienz, Selbstregulation, Autonomie • Burnout und Kommunikation o Burnoutprävention und -begleitung o Kommunikation n Konfliktsituationen o Gesprächsführung

	Tag 2
	Der Übergang zur Elternschaft
	• Schwangerschaft und Geburt als biologischer Prozess
	• Rollendynamiken vom Paar zu Eltern
	• Für die Eltern:
	  • Unterschiedlichen Rollen gerecht werden, in der Partnerschaft,
	  der Familie, im Beruf –
	  • Identifizierung mit diesen Rollen
	  • Sich verändernde, entwickelnde Rollen
	• Von der Beziehung zur Ehe
	• Mutter werden, Frau bleiben/Vater werden, Mann bleiben
	
	Bindung zwischen Eltern und Kindern
	• Bindungs- und Fürsorgeverhalten aus ethnologischer Sicht
	• Die Bindungstheorie
	• Unterschiede in der Bindungsqualität
	• Praktische Anwendungen der Bindungstheorie
	
	Lösungsorientiertes Coaching mit Kindern
	• Umgang mit Jugendlichen/Pubertierenden
	• Umgang mit Widerstand
	• Was braucht es für eine gelingende Integration in die Gesellschaft/ins Berufsleben
	
	Geschwisterbeziehungen
	• Früher und heute
	• Geschwisterposition und Entwicklung
	• Geschlecht und Altersabstand
	• Geschwisterbeziehungen im Lebenslauf
	• Halb- und Stiefgeschwister (z.B. in Patchworkfamilien)
	
	Tag 3
	Paarbeziehungen
	• Früher und heute
	• Partnerwahl und Partnerschaft
	• Paarentwicklung
	• Umgang mit Doppelbelastungen/Berufstätigkeit
	
	Grosseltern und Enkelkinder
	• Im 21. Jahrhundert
	• Unterschiedliche Generationen und deren Perspektiven
	• Spezifische Themen
	
	Regenbogenfamilien
	• Gleichgeschlechtliche Partnerschaft und Familie

	• Daten, Erkenntnisse, Forschungsergebnisse • Regenbogenfamilien aus familienpsychologischer Sicht Tag 4 Familien mit psychisch kranken Mitgliedern • Individuelle und familiäre Auswirkungen • Ein Kind ist psychisch krank • Ein Elternteil ist psychisch krank • Hilfe und Unterstützung für Betroffene und ihre Familien Gewalt in der Familie • Häusliche Gewalt und ihre Folgen • Wie verbreitet ist sie – Schätzungen und Statistiken • Bedingungen und Ursachen • Interventions- und Hilfskonzepte Scheidung und Trennung • Trennung/Scheidung als Prozess/Hintergründe • Bewältigung durch die Partnerpersonen • Auswirkungen auf die Kinder • Aus familientheoretischer Sicht • Professionelle Hilfe Tag 5 Sterben/Tod/Trauer • Wie wir sterben: biologisch und soziokulturelle Aspekte • Psychologische Aspekte • Die Perspektive der Familienangehörigen • Aus familienpsychologischer Sicht • Der Hospizgedanke: Leben bis zum Schluss Hypothesenbildung in Bezug auf Gestaltung des Coaching-Prozesses Umgang mit unterschiedlichen Bedürfnissen • Wer hat recht? Allparteiliche Haltung hilft • Ein Kind hat eine Beeinträchtigung/Lernbehinderung/ADHS • Wissenschaftliche Grundlagen, in Kombination mit wirkungsvollen Interventionen aus der Gestalttherapie, der Spieltheorie, dem humanistischen Ansatz, kombiniert mit systemischen Techniken • Intensive Arbeit an Fallbeispielen aus der Praxis/Austausch im Plenum

Beziehungscoaching und Beratung	Schluss mit Beziehungsk(r)ampf • Wandel der Liebe: von Zweck- zu emotionaler Beziehung • Neue Herausforderungen im Beziehungsalltag • Gefühle vs. gesellschaftlicher Fortschritt • Unterschiedliche Beziehungsbedürfnisse von Männern und Frauen • Kommunikations- und Stressunterschiede • Warum wir oft das geben, was wir selbst brauchen – und was das auslöst • Arbeit mit zwei Personen mit unterschiedlichen Bedürfnissen & Ängsten • Neutrale, empathische Haltung des Coaches • Coach als Beziehungsdolmetscher: fördert Verständnis & Annäherung • Einbringen von Wissen über unterschiedliche Wesensarten
Führen von Kinder- und Erwaschenschutzmandaten	Beistandschaften • Überblick über verschiedene Arten von Beistandschaften • Rolle und Aufgaben des Coaches im Rahmen eines Mandats • Bedarfsklärung, Mandatsübernahme, Fallführung & Fallabschluss • Zusammenarbeit mit KESB, Sozialbehörde & Beistandschaft Sozialpädagogische Familienbegleitung (SPF) • Aufsuchende Unterstützung bei: o Familiären Konflikten o Erziehungs- und Ehefragen o Trennung, Scheidung & psychosozialen Problemen • Ziele der SPF: o Kinder bleiben in der Familie o Eltern in ihrer Rolle stärken • Methodik: Systemisch & lösungsorientiert (Hilfe zur Selbsthilfe)

Modul 4 – Techniken aus der energetischen Psychologie

Meridianklopftechnik	• Grundlagen der Meridianklopftechniken (EFT) • Aktivierung der Selbstheilungskräfte über energetische Punkte • Auflösung emotional bedingter Beschwerden auf Körper, Seele & Geist • Anwendung bei: o Physischen & psychischen Beschwerden o Emotionen wie Angst, Wut, Trauer o Kognitiven Störungen & negativen Verhaltensmustern • EFT als einfache, wirksame Methode: o Wissenschaftlich fundiert (Psychologie, Neurobiologie, Medizin) o „Akupunktur ohne Nadeln“ – Klopfen definierter Meridianpunkte • Einsatz im Coaching:

	○ Hilfe zur Selbsthilfe ○ Praktische Anleitung zur Selbstanwendung bei Stress & Belastungen
Japanisches Heilströmen	• Einführung in die Methode des Heilströmens • Förderung von Wohlbefinden & Stressabbau • Aktivierung der Selbstheilung & Stärkung der Gesundheit • Wirkung auf körperliche & seelische Ausgeglichenheit • Erkennen & Lösen von Energieblockaden • Präventive Anwendung im Alltag zur Gesunderhaltung

Modul 5 – Selbstkenntnis / Menschenkenntnis

Psychografie und Kompetenzberatung	Tag 1 Einführung in das Psychografiemodell • Einblick in die Psychografie • Neuropsychologische Erkenntnisse in der Stressbewältigung • Das Gefühlszentrum – das limbische System • Fallen der Persönlichkeiten • Fallenverhalten der 9 Untertypen • Fragen an die Kundschaft zur Typenbestimmung Tag 2 Vertiefung und Typenbestimmung • Das Erreichen von Zielen • Der Prozess der Entdeckung • Intuitives Verhalten in Beziehungen • Das tragisch-komische Fallenverhalten • Die neun Aspekte im Autonomietraining: Fallenverhalten und autonomes Verhalten • Bedeutung von Fixierung, Verfälschung und Vernachlässigung für die einzelnen Typen • Fallendreiecke der Untertypen • Charismatischen Fähigkeiten • Die neun Kompetenzprozesse der Untertypen Tag 3 Psychografie und Beziehungen • Häufig gestellte Fragen (FAQs) • Wie Psychografie in Beziehungskonstellationen wirkt • Der Einsatz von Psychografie am Arbeitsplatz

	• Typologische Stärken und Schwächen von Führungskräften • Das zentrale Lernziel: Kommunikationsebenen • Das Coaching-Konzept Tag 4 Pflegende und betreuende Angehörige • Aufbau Psychogramme der Untertypen • Funktionsweise und Struktur von Kompetenzprozessen • Bedeutung von Fixierung, Verfälschung, Vernachlässigung • Grenzen des pragmatischen Vorgehens • Die neun Wege zur Lebenskompetenz • Kompetenzberatung mit den 9 Themen der Psychografie • Durchführung einer Kompetenzberatung Tag 5 Abschluss und Kompetenzberatung • Gesundheitsförderung durch Kompetenztraining und Auflösung von Stress aus frühen Antreibern • Die grosse Erlaubnis, gesundes Denken und integrales Erleben • Stärkung des Wohlbefindens durch Zugehörigkeit und Gemeinschaft • Bedeutung von gesundem systemischen Erkennen, Identität und Steuerung • Funktionsweise der Hot-Stuff-Methode • Der innere Regisseur für konstruktives Verhalten Nachmittag: Praktische Prüfung – Coaching-Sitzung bzw. Kompetenzberatung nach Friedmann (Fachgespräch)
Mental Coaching	Tag 1 Grundlagen und Coaching-Prozess • Definitionen Abgrenzung von Coaching, Therapie und Beratung. Unterschiede Coach, Beratungs- und Schulungsfachkraft • Der Coaching-Prozess Phasen, Ziele und Herausforderungen • Ethische Grundlagen Werte, Haltung und Schweigepflicht im Coaching • Vertragsgestaltung Rechtliche Aspekte und Rahmenbedingungen für das Coaching • Neurobiologische Grundlagen Wie beeinflussen unsere Gedanken und Gefühle unser Verhalten?

	• **Entspannung und Anspannung** Atem- und Achtsamkeitstechniken Tag 2 **Wissenschaftliche Grundlagen und Coaching-Tools** • **Wirkungsweise** Wie wirken mentale Techniken auf Veränderungsprozesse? • **Dreiklang des Mentaltrainings** Steuerung der Gedanken, mentalen Bilder und Gefühle bzw. Emotionen • **Forschungsergebnisse** Evidenzbasierte Methoden im Coaching • **Coaching-Tools** Fragetechniken (sokratische Fragen, offene Fragen), Gedanken-Stopp, Moment of Excellence • **Motivationsforschung** Wie können wir Menschen nachhaltig motivieren? Tag 3 **Praktische Übungen und Coaching-Simulationen** • **Achtsamkeit und Selbstreflexion** Techniken für Coaches und Klientschaft • **Visualisierung und Zielsetzung** Ziele formulieren, Vision Boards erstellen • **Empowerment** Klientschaft stärken und zur Selbstwirksamkeit befähigen • **Weitere Coaching-Tools** Glaubenssätze umwandeln, Dilts-Pyramide Tag 4 **Entwicklung individueller Trainingspläne in der Praxis** • **Werte** Tiefgründige Erhebung der individuellen Werte und Ziele • **Massnahmenplanung** Auswahl geeigneter Techniken und Strategien, Berücksichtigung von Ressourcen und Herausforderungen • **Zeitplanung** Realistische Umsetzung und Erfolgskontrolle • **Coaching-Simulationen** Rollenspiele in verschiedenen Coaching-Situationen (z. B. Zielkonflikte, Motivationsverlust)

	Tag 5 Praxis, Reflexion und Ausblick • **Fallbeispiele** Gemeinsame Analyse und Diskussion komplexer Coaching-Fälle • **Praxisübungen** Entwicklung von individuellen Trainingsplänen für fiktive Klientschaft • **Feedback** Konstruktive Rückmeldungen • **Zertifizierung** Übergabe der Zertifikate • **Ausblick** Weiterbildungsmöglichkeiten, Aufbau eines eigenen Coaching-Geschäfts

Modul 6 – Schule / Ausbildung / Lernen

Lerncoaching und Beratung	Tag 1 Rollenverständnis/-bewusstsein als Lerncoach und Abgrenzung • Die Lehrkraft in der Rolle des Lerncoaches • Voraussetzungen für Lerncoaching • Wer sind die Mitplayer? Eltern, Lehrpersonen, Ausbildungspersonen usw. • Lerncoaching in Gruppen und Klassen • Wann braucht man Lerncoaching • Lerncoaching fördert sozialkommunikative, personal-, methodische und fachliche Kompetenzen, lernspezifisches Fachwissen • Wiederholung der unterschiedlichen Coachingansätze, des Konstruktivismus, alles im Kontext lernen Tag 2 Beratungskompetenz von Lerncoaches, professionelle Gespräche führen • Die professionelle Haltung des Lerncoaches, mehr als eine Technik • Grundlagen der Gesprächsführung als Lerncoach • Arbeitshypothesen bilden – als Lerncoach bewusst handeln • Vier Kundentypen – jeder ist anders Tag 3 Prüfungsangst • Unterschiedliche Arten, damit umzugehen • EFT, Methoden aus der energetischen Psychologie und anderes Methodenkoffer des Lerncoaches – das packen Sie hinein • Lernbiografie-Arbeit – Erinnerst du dich noch? • Mini-Input – darf ich dir etwas vorstellen? • Probehandeln/Training – Hast du Lust, das auszuprobieren?

	• Auf mehreren Stühlen sitzen – Wahl gleich Qual • Ressourcenarbeit – darf ich dir ein Kompliment machen? Tag 4 Fragen stellen als Intervention – durch Fragen Zeichen setzen • Die unterschiedlichen systemischen Fragetechniken in Theorie und Praxis • Lernen im Kontext ADHS, ASS, bei besonderen Bedürfnissen • Arbeit an Fallbeispielen, prozessorientiertes Lern-Coaching Wenn es nur so einfach wäre – schwierige Situationen meistern • Umgang mit wortkarger Kundschaft • Umgang mit unmotivierter Kundschaft – die 7 Motivationstypen • Umgang mit Rückschlägen • Die 16 das Lernproblem beeinflussenden Faktoren – so grenzen Sie das Lernproblem ein • Jeder lernt anders – verschiedene Lerntypen • Lerntypentest und verschiedene Lernermerkmale Gewusst wie – unterschiedliche Lernstrategien Tag 5 Viel Wissenswertes über Konzentration, das Lernen beeinflussende Emotionen, Motivation (-sförderung) und Prüfungsvorbereitung • Motive – der Motor unseres Handelns – bereiten Sie den Nährboden für Motivation • Fit für die Prüfung – gerüstet sein • Lernen planen – geplant loslegen und Zeitplan • Praktisches Üben
ADHS-Coaching und Beratung	Tag 1 – ADHS-spezifisch • Entstehung und Zweck des Lehrgangs • Zielgruppe • Lernziele • Was bedeutet ADHS vom medizinischen Standpunkt her • Wahrnehmung – die Entwicklung unserer Sinne • ADHS bei Kindern – bei Erwachsenen • Konzentrationsschwäche, Impulsivität, Hyperaktivität • Diagnose - DSM-5: diagnostische Kriterien • Unaufmerksamkeits-, Hyperaktivitäts- und Impulsivitätssymptome • Andere diagnostische Überlegungen • Entwicklungsneurologische Untersuchung und Erziehungsanamnese • Prognose • IV-Anmeldung • Alltag mit ADHS-Kindern • Gesprächsablauf und verschiedene Tools

	• Einführung in ADHS • Überblick über Symptome, Herausforderungen und grundlegende Konzepte • Basiswissen zu neurobiologischen und genetischen Grundlagen • ADHS im Kontext der Entwicklungspsychologie • Bedeutung der Sensorik für die Entwicklung • Gender-Differences • Unterschiede zwischen Frauen und Männern Tag 2 – Coaching-spezifisch • Schwierige Situationen in der Schule • Umgang mit dem Kind oder einer betroffenen Person im Coaching • Erwachsene • Leidensdruck • Umgang im Coaching • Einblick in den Alltag • Fehlverhalten • Tools für die Begleitung im Coaching • Umgang in der Schule • Umgang am Arbeitsplatz • ADHS-Coachingsitzung • ADHS-Coaching-Prozess • Praxisarbeit • Komorbiditäten und medizinische Aspekte • Psychosoziale Einflussfaktoren • Psychische Komorbiditäten • Somatische Komorbiditäten durch den Lebenszyklus • Hormonelle Ungleichgewichte, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Autoimmunerkrankungen, sensorische Unausgewogenheit, Immunsystembeeinträchtigungen und die Folgen • Medizinisches Gaslighting bei ADHS und Doppeldiagnosen • Lösungsansätze im Umgang mit medizinischem Fachpersonal und Institutionen • Menschlichkeit in der medizinischen Betreuung • Umgang mit neurodivergenten Familien • Umgang mit ADHS im Alter • Herausforderungen bei der Abklärung • Dilemma: Förderung ohne Diagnose vs. Stigmatisierung • Rolle von Familie und Vorbildern Tag 3 – Lernen im Kontext ADHS • Praxiserfahrungen • Aspekte des Lernens • Unser Gehirn • Die Lernschleife • Modell Themenbahnhof

	• Reflexionskreis • Wiederholungen • Tagesablauf • Hausaufgaben • Fehlende Konzentration • Fehlende Motivation • Leerlauf beim Lernen • Chaos und Vergesslichkeit • Frustration und Resignation • Geschwisterbeziehungen • Verborgene Talente • Kooperation mit der Schule Tag 4 - Komplementärmedizin • Homöopathie • Kinesiologie • Bachblüten • Japanisches Heilströmen • EFT Meridianklopftechnik (Emotional Freedom Techniques) • Bio- und Neurofeedback • Brain Gym für Kinder • Balance für die innere Ruhe • Liegende Achten • Ganzheitliche Ansätze • Bedeutung von Bewegung (Fitness/Sport), Entspannung und Achtsamkeit • Therapeutische Tools • Nahrungsergänzungsmittel • Abwägung von Nutzen und Risiken (Jagd nach Dopamin und Abenteuer versus Ausgleich und Förderung) • Sensorische Integration • Förderung von Balance und Regulation bei Überreizung • Integrative Zusammenarbeit • Multidisziplinäre Ansätze zwischen Coaching, Therapie und Medizin Tag 5 – ADHS-spezifisch • Medizingeschichte von ADHS • Diagnosekriterien nach ICD-11 • Klinik im Kindes- und Erwachsenenalter • Neurobiologische und genetische Grundlagen • Therapieansätze (Stimulanzien und weitere Medikamente, kognitive Verhaltenstherapie, Neurofeedback) • ADHS und Komorbiditäten • ADHS und Sucht Tag 6 – ADHS-spezifisch • Exekutivfunktionen & Dysfunktion bei ADHS

	• Ernährungsrelevante Aspekte, die berücksichtigt werden können • Schwierigkeiten im Zusammenhang mit Neurodiversität • Friedvolle Möglichkeiten & lösungsorientierte Ansätze im Umgang mit Essen • ADHS und Hunger/Durst • Gruppenarbeit: Hunger oder Suche nach Dopamin? • Die ADHS ist teuer • Ernährung und die Wirkung auf Neurotransmitter • Ernährungsrelevante Komorbiditäten bei ADHS • ADHS-Medikamente und ihr Einfluss auf die Ernährung • Weitere wichtige Aspekte • Fazit Tag 7 – Coaching-spezifisch Systemischer Ansatz im Coaching o Arbeit mit Familien, Angehörigen und Sozialkompetenz o Rolle der Mutter o Rolle des Vaters o Rolle des Umfeldes bei ADHS o Fallbeispiel: Sozialkompetenz bei ADHS Stärkung von Selbstwert und Resilienz im privaten und beruflichen Kontext o Umgang mit Rückschlägen und Kritik: Coaching für emotionale Stabilität o Förderung von Selbstakzeptanz, Sinnfindung und Stärkenorientierung Reaction Sensitivity (Reaktionssensibilität) o Verständnis der erhöhten emotionalen Reaktivität bei ADH o Strategien zur Regulation von starken Gefühlen und Reaktionen o Förderung von Gelassenheit und bewusster Reaktionssteuerung im Alltag o Fallbeispiel Tag 8 – Coaching-spezifisch • Coaching in Kombination mit Beratung und Training • ADHS und besonders Lebenssituationen • Besondere Herausforderungen • Liebe/Verliebtheit • Trennung und Scheidung • Krankheit • Arbeitslosigkeit • Überlastung durch Alltagsanforderungen • Finanzielle Schwierigkeiten

- Elternschaft und die Herausforderungen für ADHS-Betroffene
- Fallbeispiel 1: Elternschaft
- Fallbeispiel 2: Krankheit und soziale Isolation
- Fallbeispiel 3: Überlastung durch Alltagsanforderungen und Elternschaft

Tag 9 – Coaching-spezifisch

ADHS in Bildung und Beruf

- Einleitung: ADHS und Neurodivergenz im Alltag
  - Definition und Bedeutung von ADHS in Bildungs- und Arbeitsumfeldern
  - Verbreitung von Vorurteilen und Missverständnissen
  - Rolle von Mehrfachdiagnosen (ASS, PDA, Legasthenie, Dyskalkulie)

ADHS im Kindergarten

- Herausforderungen für betroffene Kinder, Erziehende und andere Kinder
- Sensorische Besonderheiten und ihre Auswirkungen (inkl. binokularer Sehstörung)
- Vorurteile: Die Unterstellung von Absicht
- Lösungsansätze:
  - Struktur und Routine
  - Förderung der sozialen Fähigkeiten
  - Berücksichtigung von Mehrfachdiagnosen

ADHS in der Schule

- Steigende Anforderungen und ihre Auswirkungen auf Betroffene
- Herausforderungen für Lehrkräfte, andere Kinder und Eltern
- Sensorik, Lernstörungen und Mehrfachdiagnosen: Ein komplexes Zusammenspiel
- Vorurteile und Missverständnisse im schulischen Kontext

Tag 10 – Coaching-spezifisch

Ernährung bei ADHS und Neurodivergenz

Einleitung: Bedeutung von Ernährung bei ADHS und Neurodivergenz

- Ernährung als Werkzeug zur Entlastung und Verbesserung der Lebensqualität
- Abgrenzung von «gesunder Ernährung» hin zu individuellen Lösungen

Worum geht es wirklich?

Kern der Ernährung bei einem ADHS

- Ernährung und Alltagsbewältigung: Routinen, Care-Arbeit und Mental Load
- Ziel: Entlastung und respektvolle Lösungen für Betroffene und Familien

	Ziele der Ernährungsberatung bei Neurodivergenz • Entlastung schaffen: Rituale und stressfreie Strukturen entwickeln • Executive Dysfunktionen berücksichtigen: praktische, umsetzbare Ansätze • Familiäre Dynamiken verbessern: Safe Foods respektieren, Konflikte reduzieren • Stress abbauen: sensorische, zeitliche und emotionale Faktoren berücksichtigen • Individuelle Lösungen entwickeln: an die Lebensrealität angepasst **Problembereiche und Herausforderungen bei ADHS und Ernährung** • Individuelle Herausforderungen: • Executive Dysfunktion • Emotionales Essen **Tag 11 – Praktische Fallarbeiten** **Tag 12 – Spezifische Herausforderungen** • für ADHS Betroffene – die Studierenden erarbeiten Lösungen in Kleingruppen **Tag 13 – Sozialversicherungen** • Grundsätze des Schweizer Sozialversicherungswesens, der Lastenzug • Die IV und ihre Massnahmen, Integration vor **Tag 14 – Case Management** • Der Regelkreis Case Management und ganzheitliche Fallführung im Sinne des Case Managements **Tag 15 – Erarbeiten von Begleitungsprozessen** • Wie baue ich einen Begleitprozess auf (im Sinne von Case Management – 6 Stufen)

Autismus-Coaching und Beratung	Tag 1 – Coaching-spezifisch
	• Autismus - was ist das?
	  • Symptome und Auffälligkeiten
	  • unsere Sinne, unsere Wahrnehmung
	  • Häufigkeit und besondere Fähigkeiten
	  • Ursachen, Verlauf und Diagnostik
	• Das Vorschulalter
	  • Routinen und Rituale
	  • Spielverhalten und abweichende Interessen
	  • Bedürfnis nach Struktur und Vorhersehbarkeit
	  • Um Hilfe bitten
	  • Probleme beim Sprachverständnis
	• Kindergarten und Schulzeit
	  • Andere Kinder/lernen/Struktur/Inklusion
	  • Übergang begleiten
	• Eltern und Angehörige
	• Weiteres
	
	Tag 2 – Autismus-spezifisch
	• Autismus – Definition
	• Überblick über die Formen von Autismus
	• Ursache des idiopathischen Autismus
	• Risikofaktoren aus der Umwelt sind:
	• Genetik
	• Gehirn und Funktionen spezifischer Gehirnareale
	• Das Grosshirn
	• Funktionen Temporallappen, Schläfenlappen (Lobus temporalis)
	• Funktionen Frontallappen, Stirnlappen (Lobus frontalis)
	• Funktionen Parietallappen, Scheitellappen (Lobus parietalis)
	• Kleinhirn
	• Die Sinne
	• Die autistische Wahrnehmung
	• Schwierigkeiten von Menschen mit ASS:
	• Overload
	• Meltdown
	• Shutdown
	• Overload-Prophylaxe:
	• Massnahmen im Overload
	• Overload-Warnsignale:
	• Die 5 R’s zur Gedankenstütze bei einem Overload
	• Stärken von autistischen Menschen
	• Mögliche Berufe im Überblick
	
	Tag 3 – Coaching-spezifisch
	• Struktur und Organisation
	• Offenheit im Hinblick auf die Diagnose

	• Arbeit und Beruf • Kontakt zu Mitarbeitenden • Motivation und Interesse • Psychotherapie, Ergotherapie, Selbsthilfearbeit • Das Studium – Berufslehre, noch immer anders als die anderen • Kontakte zu Mitstudierenden • Offenheit im Hinblick auf die Diagnose • Struktur und Organisation neu • Offenheit im Hinblick auf die Diagnose • Wirkungsvolle Tools im Umgang mit und für Autisten Tag 4 – Autismus-spezifisch • Zur Erinnerung • Autismus im Wandel • Autismus-Spektrum-Störung • Frühkindlicher Autismus • Erscheinungsbild • Klassische Frühzeichen des Kanner-Autismus • Atypischer Autismus • High-functioning-Autismus und das Asperger-Syndrom • Unterschiede HFA und Asperger-Autismus • Asperger-Autismus • Erscheinungsbild des Asperger-Autismus • Folgekrankheiten • Häufige Fehldiagnosen • Asperger-Syndrom bei Mädchen und Frauen • Typische Anzeichen für Asperger-Autismus bei Mädchen und Frauen • Stärken von Menschen mit Asperger-Autismus • Einblick in die Komplexität der Schwierigkeiten von autistischen Menschen • Die autistische Wahrnehmung • Das autistische Denken • Gegenüberstellung: Wutanfälle und Meltdowns • Komorbiditäten bei Autismus • Berühmte autistische Menschen • Anhang • Rett-Syndrom • Heller-Syndrom • Zentrale Kohärenz • Theory of mind Tag 5 – Coaching-spezifisch • Auffälligkeiten und besondere Herausforderungen im Erwachsenenalter • Freundschaft und Partnerschaft – «Das wäre mein grösstes Glück» • Was fehlt? – Freundschaft • Diagnostik erst im Erwachsenenalter • Lebensträume und -realitäten

	• Frau Dr. Preissmann • Gesundheit und Krankheit • Motorische Auffälligkeiten und Sport • Depressionen • Arztbesuche und Klinikaufenthalte • Wahrnehmungsbesonderheiten • Überempfindlichkeiten und Reizüberflutung • Unterempfindlichkeiten und Detailwahrnehmung • mögliche Hilfestellungen dazu • Führen von Coachinggesprächen Tag 6 – Therapien im Überblick • TEACCH-Ansatz • ESDM (Early Start Denver Model) • EIBI (Early Intensiv Behavior Intervention) • NDBI (Naturalistic Developmental Behavioral Intervention) • PECS • MIFNE • RDI • Sensorische Integrationstherapie • Co-Therapien und komplementärmedizinische Ansätze • Vorgehen, was ist wichtig? Netzwerk und Anlaufstellen • Tipps und Tricks • Was ist eine SocialStory • Was ist eine Comic-Strip-Conversation Tag 7 – Coaching-spezifisch • Wohnversuche – Möglichkeiten des Wohnens • Urlaub - Reisen – Mobilität • Anforderungen des Alltags • Einkaufen • Gäste einladen • Friseurbesuch • Freizeitgestaltung • Leben mit Autismus als Ermutigung • Aufbau eines Coachingprozesses

6. Zwischenprüfungen

- Modul 1 - Schriftlicher Leistungsnachweis und Fachgespräch

  (Fragen zum Ausbildungsinhalt beantworten) und Praktische Prüfung im Sinne eines Coachinggesprächs

- Modul 2 - Schriftlicher Leistungsnachweis und Fachgespräch

  (Fragen zum Ausbildungsinhalt beantworten) und Praktische Prüfung im Sinne eines Coachinggesprächs/Psychosoziales Thema

- Modul 3 - Schriftlicher Leistungsnachweis und Fachgespräch

  (Fragen zum Ausbildungsinhalt beantworten) und Praktische Prüfung im Sinne eines Coachinggesprächs/Familien – Thema

- Module 4-5 - kein Leistungsnachweis

- Modul 6 - Thematische Arbeit und Fachgespräch

7. Studienplan

Das Studium startet jeweils mit dem Start eines Coaching-Basislehrgangs. Die folgenden Bildungsinhalte können von den Daten her frei zusammengestellt werden.

Gerne unterstützen wir Sie in der Zusammenstellung Ihres Ausbildungsplans!

Jahr 1 (174 Std. + 15 Std. Supervision)

Modul 1	Coaching Basis	**60 Stunden / 10 Tage** Daten gemäss Infodossier • Basisausbildung Coach PLI®

Modul 2	Psychosoziales Coaching und Beratung	**114 Stunden / 19 Tage**
		Daten gemäss Infodossier
		• Psychosozialer Coach PLI® - *Baustein 3*
		• Burnout Coach PLI®
		• Resilienz Coach PLI ®
		• Themenspezifische Zertifikatslehrgänge PLI®
		  o Antimobbing
		  o Kommunikation in Konfliktsituatinen

Supervision		**15 Stunden**

Jahr 2 (132 Std. + 15 Std. Supervision)

Modul 3	Kinder-, Jugend- und Familiencoaching und Beratung	**54 Stunden / 9 Tage**
		Daten gemäss Infodossier
		• Kinder-, Jugend- und Familiencoach PLI® - *Baustein 3*
		• Themenspezifische Zertifikatslehrgänge PLI®
		  o Beziehungscoach
		  o Führen von Kinder – und Erwachsenenschutzmandaten

Modul 4	Techniken aus der energetischen Psychologie	**18 Stunden / 3 Tage**
		Daten gemäss Infodossier
		• Themenspezifische Zertifikatslehrgänge PLI®
		  o Meridianklopftechnik
		  o Japanisches Heilströmen

Modul 5	Selbstkenntnis / Menschenkenntnis	**60 Stunden / 10 Tage**
		Daten gemäss Infodossier
		• Themenspezifische Zertifikatslehrgänge PLI®
		  o Psychografie und Kompetenzberatung
		  o Mentalcoaching

Supervision		**15 Stunden**

Jahr 3 (162 Std. + 10 Std. Supervision)

Modul 6	Schule / Ausbildung / Lernen	**162 Stunden / 27 Tage** Daten gemäss Infodossier • Lerncoaching und Beratung PLI® • ADHS Coaching und BeratungPLI® • Autismus Coaching und Beratung PLI®
Supervision		**10 Stunden**

Alle Unterrichtsstunden sind Präsenzunterricht.

8. Durchführungsorte

Praxis für Lösungs-Impulse AG

- Industriestrasse 30b, 4542 Luterbach
- Tiergartenweg 1, 4710 Balsthal

9. Titel

Nach erfolgreichem Abschluss erhalten die Teilnehmenden ein Diplom über:

Psychosoziale Beratung - Persönlichkeitsentwicklung PLI®

10. Kosten

Psychosoziale Beratung- Persönlichkeitsentwicklung PLI®

Modul 1 – Coaching Basis	CHF	3’200.00
Modul 2 – Psychosoziales Coaching und Beratung	CHF	6’080.00
Modul 3 – Kinder-, Jugend- und Familiencoaching und Beratung	CHF	2’880.00
Modul 4 – Technik aus der energetischen Psychologie	CHF	960.00
Modul 5 – Selbstkenntnis / Menschenkenntnis	CHF	3’200.00
Modul 6 – Schule / Ausbildung / Lernen	CHF	8’640.00
Supervision	CHF	3’000.00
TOTAL	**CHF**	**27’960.00**

Prüfungskosten für die Höhere Fachprüfung (HF) sind unter folgendem LINK ersichtlich:

www.sgfb.ch/beraterin-werden/hoehere-fachpruefung

Bundessubvention
Absolvierende von vorbereitenden Kursen, die seit dem 1. Januar 2018 eine eidgenössische Prüfung ablegen, können Bundesbeiträge beantragen.
Den Absolvierenden werden 50 % der anrechenbaren Kursgebühren zurückerstattet. Die Obergrenze liegt bei einer höheren Fachprüfung bei CHF 10‘500 (Kursgebühren: CHF 21‘000).

www.sbfi.admin.ch/de/faq-bundesbeitraege-eidgenoessische-pruefungen-absolventinnen-und-absolventen

11. Anmeldeformular

Psychosoziale Beratung - Persönlichkeitsentwicklung PLI®

Anrede ☐ Herr ☐ Frau ☐ Keine ☐ Andere/Divers

Name .....

Vorname .....

Strasse, Nr. .....

PLZ, Wohnort .....

Heimatort .....

Telefon, Handy .....

E-Mail .....

Geburtsdatum .....

Beruf, Tätigkeit .....

Psychosoziale Beratung - Persönlichkeitsentwicklung PLI® CHF 27'960.00

Ich melde mich an folgendem Standort an: ☐ Luterbach ☐ Balsthal

Datum ..... Unterschrift.....

Bestätigung Vertragsverhältnis Auftragnehmer:

Datum: ..... Unterschrift: Praxis für Lösungs-Impulse AG, Luterbach

Bitte senden Sie das Anmeldeformular vollständig ausgefüllt zurück an:

- Praxis für Lösungs-Impulse AG, Industriestrasse 30b, 4542 Luterbach oder an info@loesungs-impulse.ch

Wie sind Sie auf uns aufmerksam geworden: .....